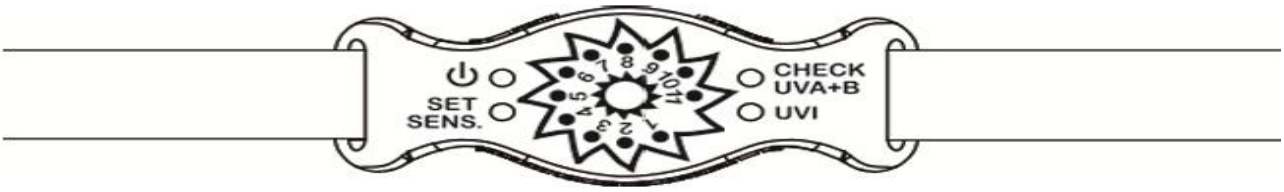
SunFriend

取扱説明書

SunFriend を使用する方法のヒント

体に必要なビタミン D を作るには、紫外線 B が必要です。
しかし、紫外線を浴びすぎると皮膚にダメージを与え皮膚がんになる場合もあります。
また、必要な紫外線量が足りない場合、ビタミンＤ不足になってしまいます。
UVA+B SunFriend®は、毎日安全に紫外線を浴びる為の紫外線モニターです。
世界で初めて、一人ひとりの利用者に対して毎日の最適な紫外線照射量を測定してお知らせしてくれます。



UVA+B SunFriend 使用方法

１．毎日の紫外線照射量を測定するために SunFriend をオンにします。【電源ボタン⏻を押します。】その際に電源ボタンを約２秒間押して下さい。LED ライトが全体的に光ります。

２．紫外線に対して皮膚の敏感度を ***Set Sens*** ボタンを押して皮膚感度設定数値１～１１の中から選びます。
１は薄い肌色・とても敏感肌、１１は濃い肌色・鈍感肌を表しています。
１～５の数字はすごく敏感な肌の方用の設定値となっています。初めて使用する方には、１～４に設定することをおすすめ致します。使用していき、慣れてくるとご自身の肌感度に応じて数字を調整して下さい。**すべての LED が点灯と点滅を繰り返している**ときは、紫外線を十分に浴びたことのお知らせになります。その時は、屋内へ移動したり日焼け止めクリームを塗ったり、紫外線カット機能のある洋服を着て下さい。すでに皮膚が赤くなっていた場合、翌日は SunFriend®の皮膚感度設定数値をさらに敏感肌用の低い数字に設定して下さい。

３．SunFriend®は紫外線を測定する側を日光にあたるように着用して下さい。また、洋服などで紫外線測定面が隠れないようにして下さい。 時々、UVA ＋ B ボタンを押して紫外線照射量を確認して下さい。

４．SunFriend を使用しない時は電源をオフにして下さい。オフにする場合は、電源ボタンを約２秒間押して下さい。

感度設定チャート

紫外線に対して皮膚の敏感度を ***Set Sens*** ボタンを押して１～１１の中から選ぶことができます。自分に最も近い肌タイプの数字を選んでください。（SS: Sunfriend Sensor）

SS 1-6: 日焼け・火傷をしやすい。
一般的に赤髪や金髪、目が青や緑。

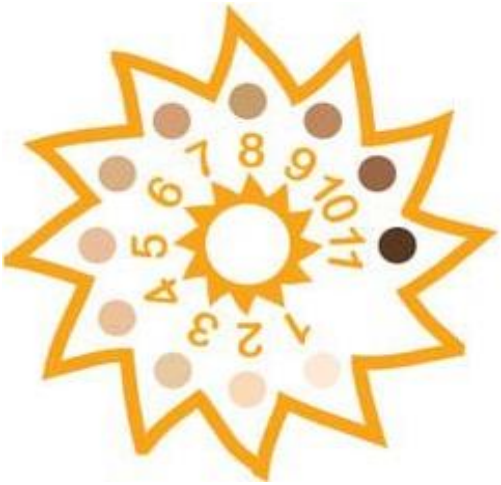
SS 7: 時々日焼け・火傷する。
一般的に薄毛、目が青や hazel。

SS 8: たまに火傷や通常程度の日焼け。
一般的に中間肌色、髪、目。

SS 9: たまに火傷。おもに日焼け。
一般的に濃い目や髪。

SS 10: たまに火傷・日焼け。
濃いめの茶色肌。一般的に濃い茶色の目と髪。

SS 11: たまに火傷。
一般的に黒―茶色肌、目、髪。



正しい感度レベルを選択することを確認してください。感度レベルを設定することは、個人的な経験で決まります。紫外線照射量は、利用者の生活習慣の中で食事や肌の色、活動、飲み薬または、毎日日光を浴びているかによって影響します。 SunFriend 感度数値を高く設定した場合は、皮膚が赤くなる可能性があります。皮膚が赤くなった場合は、 SunFriend 感度数値を下げて設定して下さい。

太陽の紫外線指数を確認するための手順

１．SunFriend のセンサーの部分を日光に約１０秒程あてて下さい。
２．UVI ボタンを押して LED の光った数字を確認して下さい。

※ご注意　：　SunFriend のセンサーは、８秒以下で日光をあてた場合正確な測定値にならない可能性があります。
しかし、 SunFriend はカスタマイズされたアルゴリズムによって安全な紫外線照射量を表示するようになっております。